

乳がん早期発見のために セルフチェックと検診



徳島大学病院
食道・乳腺甲状腺外科講師
たどころ ゆきこ

田所由紀子氏

乳がんはどんな人でもなる可能性があります。残念ながら乳がんの有効な予防方法はありません。早期発見、治療が最善の対策法です。乳がんは体の表面に近いところに発生するため、自分で観察したりふれたりすることによって発見できる可能性が高いがんです。普段から乳房の状態を観察していれば、小さな変化が生じたときに気づきやすくなります。毎月一回のセルフチェックを習慣にしましょう。セルフチェックに加え、定期的に検診を受けることが大切です。四十才代からは少なくとも二年に一回の乳がん検診（マンモグラフィ検査）を受けましょう。気になるしこりや症状がある場合は、検診を待たず、すぐに医療機関を受診し診察を受けてください。



徳島大学病院がん診療連携センター

お問い合わせ がん診療連携センター：Tel.088-633-7312

がん相談支援センター

相談窓口 Tel.088-633-9438

徳島がん対策センター

<http://www.toku-gantaisaku.jp/>